



Rinite Alérgica

CONTROLAR PARA VIVER MELHOR

A rinite alérgica afeta seriamente a qualidade de vida e, se não for tratada corretamente, pode abrir caminho à asma. Um risco que se evita conhecendo melhor esta doença.

RINITE ALÉRGICA É...

...uma doença respiratória caracterizada pela inflamação da mucosa nasal. A inflamação é provocada pela exposição a agentes alérgenos (substâncias encaradas como se fossem agressivas), tais como os ácaros do pó, pelos de animais, bolores e pólenes. Outras substâncias como o fumo do tabaco e a poluição agravam esta inflamação. Além do mais, alguns medicamentos, como os descongestionantes nasais de ação local quando utilizados em excesso, podem desencadear sintomas de rinite.

A prevalência da rinite alérgica tem vindo a aumentar progressivamente e em Portugal, afeta cerca de um quarto da população. Quando não controlada pode associar-se ao desenvolvimento de outras complicações, como a sinusite. No caso dos doentes asmáticos a presença de rinite alérgica pode dificultar o controlo da asma.

ATENÇÃO AOS SINTOMAS

A reação do organismo manifesta-se através de:

- Corrimento nasal transparente (rinorreia);
- Nariz entupido (congestão nasal);
- Comichão (prurido) no nariz, olhos, garganta, ouvidos e céu da boca;
- Espirros;
- Olhos vermelhos, irritados e lacrimejantes.

Para compreender melhor o tipo de rinite alérgica é preciso ter atenção à duração dos sintomas, à sua intensidade e em que medida interferem na qualidade de vida, em termos de trabalho, escola, desporto e lazer.

COMO SE DIAGNOSTICA?

A rinite alérgica deve ser identificada em consulta de especialista, na qual se realizam testes cutâneos (na pele do antebraço para se descobrir a que substâncias é alérgico) e, se necessários, exames ao nariz, garganta, ouvidos, pulmões e análises.

UMA ESTRATÉGIA...

A rinite alérgica pode interferir com a vida social, escolar ou profissional dos doentes. Uma estratégia para prevenir e controlar os sintomas implica:

1. **EVICÇÃO DOS ALERGÉNIOS** - consiste em evitar, tanto quanto possível, a exposição à substância que causa a alergia.
2. **TRATAMENTO** - os medicamentos utilizados funcionam de forma distinta. Uns destinam-se ao alívio imediato dos sintomas, devendo ser tomados em situação de crise; outros têm como objetivo a prevenção, pelo que são de toma regular, por períodos longos e repetidos no tempo. Se mesmo assim os sintomas persistirem, deve consultar o médico.

Quando indicado, após o diagnóstico, o médico especialista pode receitar vacinas específicas (imunoterapia).

DE MÃOS DADAS COM A ASMA...

Não tratar a rinite, ou tratá-la incorretamente, pode abrir caminho a outras doenças, como a sinusite, mas, sobretudo, a asma pois a rinite é um fator de risco para esta doença respiratória. Assim, sabe-se que:

- Muitos doentes com rinite também têm asma;
 - A maioria dos doentes asmáticos têm rinite.
- Controlar a rinite significa, por isso, prevenir doenças mais graves.

COM A AJUDA DESTA FARMACIA

Nesta farmácia existe uma equipa apta a colaborar no tratamento da rinite alérgica. Aqui encontra toda a informação sobre a doença e orientação sobre as medidas mais adequadas para a prevenir e aconselhamento sobre o uso correto dos medicamentos.